

令和6年度 いのちの授業 事例集（中学校）【保健体育】

掲載数

29

地区	学年	教科等	テーマ	内 容	参考事項（講師・教材等）
1 川崎市	中 1	保健体育	熱中症予防	体の中の水分の役割を知り、熱中症を予防するための正しい水分補給を理解し実践することをねらいとして実施した。体内の水分損失量によって生命の危機につながることや、食事からも水分がとれることを知り、健康に過ごすためには水分補給のタイミングや内容、量について学んだ。 ○食育の視点 【食事の重要性】（知識・技能）【心身の健康】（思考・判断・表現）（主体的に学習に取り組む態度）	栄養教諭・養護教諭
2 川崎市	中 1	保健体育	「生殖機能の成熟」 「異性の尊重と性情報への対処」	思春期の生殖機能の発達から、受精や妊娠の仕組みを理解したことで、これまで以上に自分自身を大切にしようとする態度を養うことができた。 また自分の気持ちや衝動に任せて行動すると、相手を傷つけることにもつながるため、自分だけではなくお互いに尊重し合える関係を作っていくことも学習した。	東京書籍 新しい保健体育 正進社 中学保険学習ノート1～3年
3 川崎市	中 1	保健体育	「生命誕生」	小学校の時の保健の授業で「性に関することを学んだか」の問いに対して半数くらいがあまり記憶にないとのことだった。本授業では、生命の誕生をテーマに男女の発育の違いについて学ぶところから始まり、発育に伴い、月経・射精が始まっていること、そして生命の誕生についてと自分たちの体が子どもを授かることができる体に変化していることを学んだ。まとめでは男女の相互理解の大切さ、人のことを尊重する大切さを伝えた。	（教材）新しい保健体育 「生殖機能の成熟」
4 相模原市	中 2	保健体育	がん教育	内容「がんを経験された方の講話を聞いて、がん治療やがん患者さんへの理解を深め、自分たちは何ができるのか、また、命と健康の大切さを考える。」 ・実施場所：体育館 ・対象：第2学年の全生徒（5クラス 203名）	来校された方： がんを経験された方、 北里大学病院のお医者さん
5 横須賀市	中 3	保健体育	いのちの授業	「いのちの大切さ生きるための心（性）を学んで自分たちの心と体を守ろう」と題し、自分たちが今置かれている思春期とは何か、心のバランスをとるにはどうすればいいのかを考える講演会。最も幸せを感じるにはどのように生きればよいのか、人と自分の違いに不安や悩みを抱くのはなぜかを考えることを通して、性というものが思春期や心につながっていることの理解をはかる。	東京医療保健大学 医療保健学部 看護学科 教授

6	横須賀市	中複合	保健体育	薬物乱用防止	思春期特有の行動や考え方が薬物乱用という危険行動に結びつかないように、自分を大切にす る気持ちや様々な人間関係の中で正しい判断や行動選択を行い、それらを維持していくための力を育てていく必要がある。講師が薬物依存症から回復に至るまでの経験や、薬物の怖さを真剣に聞くことができていた。また、講師の経験からどんな環境においても薬物に手を出す可能性があることを感じ、日々の小さなことでも断る勇気を持ち自分らしく行動選択をして、生きていくことが大切であると感じている生徒が多くいた。	講師は、薬物依存症回復施設の職員。 1・2年生で実施。
7	湘南三浦	中1	保健体育	「いのちの教室」	保健体育の保健分野で扱う内容（主に性に関する部分）でやりづらかったり、伝えづらい部分（男女共習の中で体育科の悩み）を事前に相談して専門家（保健師）から講演していただいた。 ・心身や生殖器の発育・発達について	講師は、鎌倉市子ども相談課の保健師さん 妊婦ジャケット、赤ちゃん(人形)
8	湘南三浦	中2	保健体育	「いのちの教室」	保健体育の保健分野で扱う内容（主に性に関する部分）でやりづらかったり、伝えづらい部分（男女共習の中で体育科の悩み）を事前に相談して専門家（保健師）から講演していただいた。 ・性の表現（LGBTQ）や自己形成について	講師は、鎌倉市子ども相談課の保健師さん
9	湘南三浦	中2	保健体育	応急手当の意義と基本を学ぶ	・応急手当の意義を学び、さらに模擬実践を通じてその技術を体験することで、命を救う行動が専門家だけではなく、誰にでも実践可能な大切なスキルであることを深く理解するに至った。 ・応急手当の意義には、傷病者の命を守ること、症状の悪化を防ぐこと、そして回復を助けることの三つが含まれるが、それらすべてが迅速かつ適切な行動に基づいていることも学び、正しい知識と技術を持つ重要性を再認識した。 ・模擬実践を通して得られた経験は、実際の緊急時に冷静かつ的確に対応する自信と基盤を築くうえで非常に有益であった。	保健体育教科書 日本赤十字講習会動画
10	湘南三浦	中1	保健体育	妊娠と出産	思春期の男女の体つきの変化と受精から出産までを取り扱った。具体的で想像しやすい教材を提示した。リュックに7キロの水を入れて、生徒に前面で背負わせ、妊婦体験を行い、妊娠9か月頃の妊婦の生活を体験させた。	
11	湘南三浦	中3	保健体育	性感染症とその予防/エイズ	保健分野の授業として、保健体育科教員が授業を行った。身近な感染症を学んだ上で、近年若年層で梅毒感染症が増加している内容や、誰にでも性感染する可能性があることを学習した。教諭の実体験を含めた話を聴く中で、自分のいのちや身を守るためには、身体の異変を感じたら病院に行くなどすぐに行動することが、重要だと再認識していた。	学研 中学校保健体育
12	湘南三浦	中1	保健体育	生殖機能の成熟	保健分野の授業として、保健体育科教員が行った。教材を通して、妊娠から出産は奇跡的なものであり、一人一人かけがえのない命であるということを学んだ。また、出産を経験してる担当教諭の実体験談を聴くことで、より身近な出来事であると受け止めていた。自分自身の心身が着々と変化し成長している段階であることを実感していた。	学研 中学校保健体育

13	県央	中 2	保健体育	心肺蘇生	保健体育科の授業の一環として、消防隊員による救急救命講習を実施。1時間の講義を経て、全生徒が心肺蘇生、AEDの演習を行った。少人数のグループに隊員が1名つくことで、細かな動作がわかり、臨場感のある講習となった。 教員とともに講習に参加し、モデルが人形であっても、大切な人を助けるという気持ちを持って臨むよう生徒に声を掛け、生徒の取り組みに変化の見られる有意義な体験となった。	・消防隊員による実習 ・保健体育教科書 傷害の防止「応急手当の意義と基本」
14	県央	中 2	保健体育	救急救命講習	突然の事故や災害時のけがに対して適切な手当の知識や技能を学び、応急手当の重要性を理解した。具体的な処置として胸骨圧迫、AEDの使用などの心肺蘇生法を取り上げ、実習を通して命を救える技術を身につけた。	講師として厚木消防の救急救命課の職員を招聘した。
15	県央	中 2	保健体育	救急救命講習	突然の事故や災害のけがに対して適切な手当の知識や技能を学び、応急手当の重要性を知る目的で実施した。保健授業のなかで事前指導を実施したうえで、当日の受講に臨んだ。心肺蘇生法を受講し、A E D の使用法や胸骨圧迫について実習を通して理解を深めた。	講師：厚木市消防本部 救急救命課救急救命係
16	県央	中 2	保健体育	A E D 講習	厚木市消防本部の消防士を講師として招き、基礎講習、心肺蘇生法、A E D の操作を学習し、いざという時に的確な処置を実施できるように取り組んだ。中学生でも、緊急時にいのちを守る立場にいることを実感させた。	厚木市消防本部 A E D 講習の冊子
17	県央	中複合	保健体育	防災教育	東京都教育委員会の防災教育ポータルサイトの「防災ノート～災害と安全～」を活用し自分の命を守り、身近な人を助け、さらに地域に貢献することを目指し各学年取り組んだ。 ・1年生～「自助」～地震をメインに災害の特徴から考える ・2年生～「共助」～災害が起きる前の備え ・3年生～「公助」～さまざまな災害を想定し備え、被災後を考える 全学年、クロームブック上のスライド作成、または紙ベースのレポート作成を行った。	東京都教育委員会ポータルサイト「防災ノート中学生版」
18	県央	中 2	保健体育	障害の防止	交通事故について、映像と新聞を活用することで交通事故の実態を踏まえながら、事故が発生した際に起こる被害と対策を子ども達に考えた。災害について映像資料での学習と地域の防災マップ作りをおこなった。応急手当について、包帯法を実技として学んだ。応急手当のを学習した後に、消防本部より、講師を呼び、トレーニング用の器材とA E D を借りて、実習を行った。	保健体育科教諭 消防本部より講師
19	県央	中 1	保健体育	生殖機能の成熟 「受精と妊娠」	思春期の生殖機能の発達から、受精と妊娠の仕組みについて学ぶことにより、自身の生命の誕生の仕組みを知る学習を行った。 また、思春期の身体の変化は新しい生命をつくり出すことができるようになったことを抑え、それまで以上に自身を大切にしていこうという学習を行った。	東京書籍 新しい保健体育 正進社 中学保健学習ノート1～3年

20	県央	中 3	保健体育	防災教育 「スタンドパイ プ講習」	大規模地震が発生したとき、人口密度が高い大和市では、火災の延焼阻止が大きな課題である。同時多発火災では、道路の損傷や交通状況によっては、消防署や消防団の対応が困難な場合も想定されるため、市民の協力が必要である。実際に大和市消防隊の方に来ていただき、各クラスごと1時間とり、設置場所の確認、使用方法、訓練を実施した。	講師：大和市消防隊
21	県央	中 2	保健体育	救命講習	事前学習では、実際に救急車が到着するまでどれくらいかかるのか、心肺蘇生法を行うか行わないかで救える命の数の違い、時間が経過することでの救命率の違いなどを学習した。講習では、突然の病気や大けがなど、命に係わる状況に遭遇したきに救急車が到着するまでの応急手当の知識と技術を実際に活動を通して学習した。 ただの活動にとどまらず、心臓マッサージの強を確認する生徒がいた。	大和市消防本部 AED 蘇生法用人形
22	県央	中 1	保健体育	心身の機能の発達と心の健康～大切な命	生殖機能の成熟、受精と妊娠について命の誕生までのプロセス知識を深める内容。その中で、命が生まれる神秘さ、不思議さについて考えさせた。生徒は、自分自身を振り返ってかけがえのない命であることを実感するとともに、異性への尊重について考えを深めていた。	
23	県央	中 1	保健体育	生殖に関わる働きの成熟	思春期になると様々な体の器官が発育・発達し、生殖型の器官も同様であることを学習した。その中で、男女の体に起こる変化の違いや大変さに気づき、お互いに尊重し合うことが大切だと理解した。受精や妊娠をすることは、奇跡的なことで自分たちが生まれてきて、今こうして過ごせることは当たり前ではないと学習した。授業の終盤には、「愛」とは何か、について全員で考えた。	
24	中	中 1	保健体育	生殖機能の成熟	保健体育の保健分野。生殖機能の成熟に関連し、受精と妊娠に触れた。ここでは妊娠の仕組みは学習するが、大半の生徒は妊娠の過程を知識として覚えても、生を受けるということがいかに確率的にも尊いか、また出産するまでに母体が費やす苦労や大変さを知らない生徒が多い。本来の学習を柱にしながらも、命を授かることの大変さを教員自らの実体験を踏まえながら説明することにより、生徒たちが自分の命の大切さについて考えるきっかけとした。	
25	中	中 3	保健体育	自己形成 ～あなたはどうか 生きる？～	歌手・高橋優のいじめ経験を歌にした「CANDY」を題材に、命の尊さを守るために必要なことについて議論した。また、これから自分が生きていく上で大切にしたいことを考え、共有する場面をつくり、人を頼ったり、互いに支え合って生きていくことの大切さを確認した。	
26	中	中 2	保健体育	防災教育 「災害時の避難 行動と備えておく べきこと」	4クラスを2クラスずつに分け、災害についての話（R6年度に起こった災害、災害時の避難行動、備えておくべき備蓄品などについて）を、スライドを見ながら聞く防災講習と、屋外での水消火器の実践、防災倉庫の見学を行う体験学習を交互に行った。防災講習では能登半島の地震と土砂災害だけでなく、秦野市の善波トンネルの土砂崩れと土砂災害をテーマとして扱ってもらい、スライドを交えることで生徒たち自身が身近な災害での避難行動や備蓄の大切さを体験することができた。	

27	中	中複合	保健体育	心肺蘇生法	災害や緊急時などの状況での対応について学習した。災害や事故を想定し、負傷者を発見した際に、自らの安全を確保しながらAEDの使い方や心肺蘇生法を実践した。	ワークシート AED（練習用） 映像資料
28	県西	中 1	保健体育	生命の誕生	中学 1 年生で行う保健体育科の内容を通して実施。新しい生命の誕生について科学的な知識を得ると共に、生命誕生の神秘的なしくみを理解し、人の命はかけがえのないものであることに気づき、自他の生命尊重の精神を養うことを目標とした。 生命を生み出す体への成熟の単元では、表情が曇る生徒がいたが、概ね話はしっかり聞いていた。命はかけがえのないものであり、それは自分だけでなく他の人も同じであることを理解することができた。また、異性を尊重し、未来を担う一員として成長していくことが大切だと学習することができた。	中学校保健体育 【大日本図書】
29	県西	中 2	保健体育	保健「傷害の予防(心肺蘇生法)」	心肺蘇生法の学習として、バレーボールを人の胸部に見立て、生徒全員が心肺蘇生法を体験した。応急手当では、2 人一組になり、お互いの腕に包帯を巻くなど、実践的な取り組みをした。これまでに経験したことがない体験に、試行錯誤しながら取り組む生徒の姿が見られた。生徒は、実際に包帯を巻いたり、心肺蘇生を実践したりすることで、その難しさを実感すると共に、何かあったときの心構えや技術を身につけることができた。	本校保健体育科総括教諭